

Kursplan

gültig 10.8.2020 bis 18.10.2020



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vormittag	08:30–09:25 Kathrin CYCLEWELL	08:30–09:25 Nici ZUMBA	08:30–09:25 S.Hottenroth BODYART	09:00–09:55 S. Holzer PILATES	08:45–09:40 Heidi PILATES & FASZIEN	08:30–09:25 s.Website RHYHIT * *	
	09:30–10:25 Kathrin BEWEGLICHKEITS- TRAINING^{NEU}	09:30–10:25 Ruth BASIC BODY AWAREN.	09:30–10:25 Ruth RÜCKENTURNEN	10:00–10:55 S. Holzer YOGALATES	09:45–10:40 Heidi POWER & FUN	08:30–09:25 Christina BOOTCAMP OUTDOOR* *	
		10:30–11:25 Ruth AKTIV GEGEN SCHMERZEN	10:30–11:25 Ruth RÜCKENTURNEN			10:00–10:55 Ruth BASIC BODY AWAREN.	
Mittag			12:15–13:10 Ruth GYMNASTIK				
Nachmittag				16:30–17:25 Sabrina YOGI STERNENFÄNGER* für Kinder 6 - 9 Jahre			
Abend	18:00–18:55 S. Holzer PILATES						
	19:00–19:55 Susi POUND	18:30–19:25 Ruth RÜCKENTURNEN	18:00–18:55 Sandra BOOST (ZIRKELTRAINING)	18:30–19:25 Ulli HOT IRON CROSS			
			19:00–19:55 Anette YOGA				

* Dieser Kurs findet generell in den Schulferien nicht statt.

* * Diese Kurse finden nur statt, wenn sich bis am Freitag, um 11 Uhr, mind. 4 Teilnehmer*innen angemeldet haben.

Anmeldungen für Rhyhit bitte an: +49 151 567 33 997

Anmeldungen für Bootcamp bitte an: 079 617 28 68

Die Inhalte der Kurse sind unter www.rhytraining.ch ersichtlich.